



Pyénées Orientales (Cerdagne/Capcir)

4 Jours



REPERES

Type d'activité Randonnées en étoile accompagnées

Niveau de déconnexion Sans Wifi – Pas de 4G et mobile

Hébergement en gîte

Repas Demi-pension

Niveau Bonne forme physique

	J1	J2	J3	J4
Portage D +	500	600	600	500
D -	500	600	600	500
Heures de marche	5 h	7 h	6 h	5 h

Sac à dos de 6 à 8 kg

Encadrement Accompagnateur en montagne diplômé

Groupe 9 personnes

DESCRIPTION

4 jours de randonnées en étoile dans les Pyrénées Orientales

Ce séjour sera l'occasion de découvrir la Cerdagne, que l'on nomme également l'Altiplano Pyrénéen. Les possibilités de randonnées sont très nombreuses dans ce joli coin des Pyrénées Orientales.

Normalement, la météo y sera clémente puisque Font-Romeu et sa région se vantent d'avoir 300 jours de soleil par an....

PROGRAMME

Pendant 4 jours, nous marcherons de 5 à 7 h pour découvrir cette très jolie région des Pyrénées. Nos 3 nuits se passent dans un gîte chaleureux situé dans le village de Bolquère. Petits-déjeuners et dîners se prennent au gîte. L'aventure nécessite une bonne condition physique et la déconnexion est totale !

Durant nos quatre, nous effectuerons des randonnées de 5 h à 7 h de marche avec des dénivelés autour de 600 m. Les randonnées seront choisies en fonction des conditions météo du moment.

DEPART

Rendez-vous : **mardi 1 octobre 2024 à 8 h à l'entrée du parking de la rue du Presbytère de Gelos**

ARRIVEE

Dispersion : **vendredi 4 octobre 2024 vers 19 h**

VENIR

Rendez-vous est donné le mardi 1 octobre à 8 h à Gelos.

Ensuite, sac au dos et bâtons en main, vous n'avez plus qu'à suivre le guide ! Vous ne vous souciez de rien et gardez des forces pour votre marche en montagne !

INFORMATIONS PRATIQUES

GROUPE

9 personnes

ENCADREMENT

Un accompagnateur en montagne diplômé

NIVEAU

Bonne forme physique exigée,

Entre 5 à 7 h de marche par jour avec un dénivelé positif autour de 600 m par jour.

HEBERGEMENT & REPAS

Nuits en **Gîte**

Type de gastronomie : locale et de qualité

- Petits-déjeuners : au gîte
- Déjeuners : prévoir les pique-niques

- Dîners : repas chauds au gîte

PORTAGE

6 à 8 kg maxi

AVANT DE PARTIR

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR*

Bagages

- Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 L pour vos affaires personnelles de montagne
- Un petit sac de voyage avec vos affaires personnelles et nécessaire de toilettes pour les temps passés au gîte. Pensez à apporter vos serviettes de toilettes.

Vêtements

- Pantalon de randonnée
- Une paire de gants
- Un bonnet
- Tee-shirts respirant
- Polaire ou pull
- Coupe-vent
- Vêtements de pluie + cape de sac
- Vêtements chauds
- Chapeau, casquette ou bandeau
- Chaussettes de randonnée
- Bonnes chaussures de randonnée
- Maillot de bain (si jamais nous allons aux thermes après une randonnée)

Equipement

- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde, thermos ou poche à eau (1,5 L minimum)
- Couteau de poche
- Briquet
- Frontale ou lampe de poche
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif)

Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels

FORMALITES ADMINISTRATIVES

- Pour les ressortissants français, belges et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.
- Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires françaises dans votre pays.

SANTE

Pas de vaccination obligatoire

Il est recommandé d'être à jour dans ses vaccinations habituelles : diphtérie-tétanos-poliomyélite en incluant rubéole, oreillons et plus particulièrement la rougeole.

Dans tous les cas, prendre l'avis de son médecin traitant ou d'un centre de conseils aux voyageurs.

PRIX & CONDITIONS D'ANNULATION

PRIX

440 € / pers pour 5 jours et 4 nuits (sur une base de 12 personnes)

CE QUE COMPREND LE PRIX

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé
- La pension complète (pique-nique les midis)
- L'hébergement en gîte

CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS

- Toutes les prestations non mentionnées
- Les boissons au gîte
- Les Assurances Voyages facultatives

CONDITIONS D'ANNULATION

- Voir les conditions générales et particulières de vente

INFORMATIONS ADMINISTRATIVES

BIVOUAC ORGANISATION	sarl au capital de 64000 €
Immatriculation Atout France	IM06412003
Coordonnées	contact@bivouac.fr 05 59 77 35 90
Siège social	16 Chemin Henri IV 64320 Ousse - France
SIRET	504 754 953 00017
N° TVA intracommunautaire	FR 05504754953
Garant	Groupama AC
RCP	Mutuelles du Mans

